

練習会場の使用について

1 使用日程

○主陸上競技場

| | | | 9月11日（金）1日目 | 9月12日（土）2日目 | 9月13日（日）3日目 | |
|--------|-------|----|-------------|--------------------------|-------------|-----------|
| トラック競技 | | | 7:30~10:30 | 7:30~9:00 | 7:30~9:00 | |
| 跳躍競技 | | | 競技終了後~18:00 | 競技終了後~18:00 | | |
| 投てき競技 | 砲丸投 | 男子 | 7:30~10:00 | 7:30~8:15 | / | |
| | | 女子 | 競技終了後~18:00 | 7:30~8:15 競技終了後~18:00 | | 7:30~8:15 |
| | 円盤投 | 男子 | 競技終了後~18:00 | 競技終了後~18:00 | | 7:30~8:15 |
| | | 女子 | 競技終了後~18:00 | 競技終了後~18:00 | | 7:30~8:15 |
| | ハンマー投 | 男子 | 7:30~9:00 | / | | / |
| | | 女子 | | | | |
| | やり投 | 男子 | 9:00~10:00 | 混成のみ7:30~8:30 | | / |
| | | 女子 | 競技終了後~18:00 | 7:30~9:00 | | |

◎競技の準備に関わる時間帯については練習を控えてください。

※各種目の練習については、安全を考え十分に注意し、各学校の監督の責任において行ってください。

※大会参加者のアップ・ダウン及び調整練習のみの使用にしてください。

※危険防止のため、競技が終了した種目の練習には使用しないでください。

※競技場が狭く事故につながる危険性があるため、レーン内での次の行為は禁止します。

- ①ミニハードルなど道具をレーン上に置いての練習
- ②チューブなどで牽引して走る練習
- ③逆走
- ④ドリルやジョグなどの技術練習や準備運動
- ⑤急に立ち止まる行為

2 主陸上競技場におけるレーンの使用区分

①周回1・2レーンは中・長距離並びに競歩関係

②周回3~6レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離

③第1曲走路からバックストレートの7・8レーンは400mH（7レーンは女子、8レーンは男子）

④第4曲走路からホームストレートの3・4レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離

⑤ホームストレート5~6レーンは短距離

⑥ホームストレート7・8レーンはハードル（7レーンは100mH、8レーンは110mH）

（注）第4曲走路からホームストレート付近は競技日程に応じて使用区分を変えることがある。

係員の指示に従うこと。